

Управление образованием администрации
Муниципального образования Кушевский район
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 9

Опыт работы на тему

**«Повышение двигательной активности детей старшего
дошкольного возраста через обучение игре в городки»**

Самойлик Светлана Борисовна,
инструктор по физической культуре
муниципального бюджетного
дошкольного образовательного
учреждения детского сада
общеразвивающего вида № 9

Поселок Первомайский
Кушевский район
Краснодарский край
2014 год

Содержание

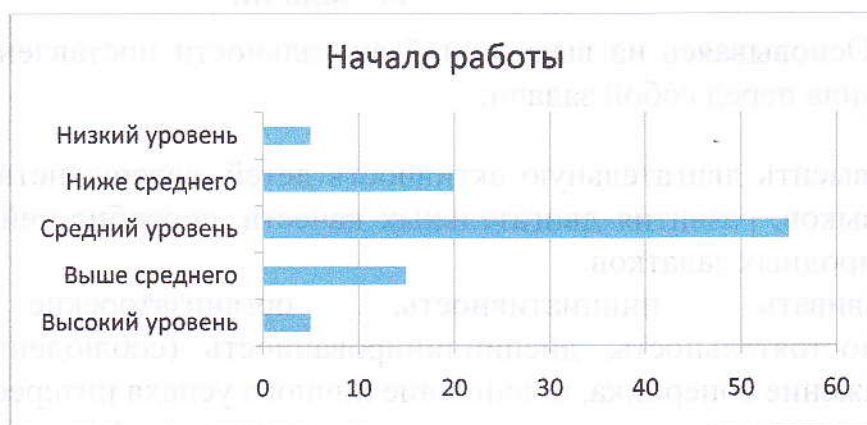
1. Условия возникновения и становления опыта.
2. Актуальность проблемы.
3. Задачи.
4. Формы и методы работы.
5. Средства реализации проекта.
6. Длительность работы.
7. Результативность опыта.
8. Описание опыта.
9. Приложения.

1. Условия возникновения и становления опыта.

Самойлик Светлана Борисовна работает в МБДОУ д/с ОВ № 9 с 2010 г. Опыт возник в условиях муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада общеразвивающего вида № 9. В учреждении воспитываются 130 детей. Детский сад располагает спортивным залом и спортивной игровой площадкой.

В результате анализа существующих в педагогической практике форм и методов физического воспитания по данной проблеме определена проблема использования в образовательном процессе подвижных и спортивных игр. Выделение данной проблемы в качестве приоритетной является началом становления опыта.

Для изучения исходного состояния была проведена диагностика уровня двигательных способностей детей.



Результаты были таковы: высокий уровень показали 5% воспитанников, выше среднего 15%, средний уровень 55%, ниже среднего 20% и низкий 5% воспитанников). Результаты диагностики определили необходимость

внедрения и поиска новых форм и методов повышения двигательной активности детей.

2. Актуальность проблемы.

Гиподинамия – что это такое? Угрожает ли она детям? Ведь научно-технический прогресс, являющийся основной причиной снижения двигательной активности современного человека, уже коснулся условного быта самого ребенка, его основной деятельности - игры.

Однако, ученые, исследуя влияние двигательной активности на здоровье и жизнедеятельность человека, сочли необходимым обратиться и к дошкольному возрасту. В результате подобран надежный ключ к правильной организации жизни детей в детском саду и семье, к формированию его здоровья, умственной активности, умения действовать "рядом" и "вместе" с другими. Этот ключ – движение.

Физиологи считают движение врожденной, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в дошкольном возрасте, когда формируются все основные симптомы и функции организма. Гигиенисты и врачи утверждают: без движений ребенок не может вырасти здоровым. Движение – это предупреждение разного рода болезней, особенно таких, которые связаны с сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системами. Движение – это и эффективнейшее лечебное средство. По мнению психологов (Мухина В.С., Выгодский Л.С.): ребенок – деятель! И деятельность его выражается прежде в движениях. Все известные педагоги с древности до наших дней отмечают движение – важное средство воспитания. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем. Движения – первые истоки смелости, выносливости, решительности ребенка, форма проявления важных человеческих качеств.

3. Задачи.

Основываясь на выявленной актуальности поставленной проблемы, я поставила перед собой задачи:

- Повысить двигательную активность детей, совершенствования умений и навыков, развития двигательных качеств, способностей, наклонностей и природных задатков.
- Развивать инициативность, организаторские способности, самостоятельность, дисциплинированность (соблюдение правил игры, уважение соперника, подчинение личного успеха интересу коллектива).
- Формировать положительное отношение к физической культуре и спорту, а также потребность к самостоятельным занятиям, к здоровому образу жизни.

4. Формы и методы работы

Наиболее оптимальными формами работы с детьми по оздоровлению являются:

- Закаливание;
- Двигательная активность детей;
- Физические упражнения.

Эти формы, особенно двигательная активность, эффективны при условии активности детей и самого педагога.

Для решения проблем двигательной активности я использовала следующие методы:

- Обобщение педагогического опыта
- Анкетирование родителей
- Диагностика детей.

Физическое развитие детей основывается на следующих принципах:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватной возрасту, полу ребенка, уровню физического развития, биологической зрелости и здоровью.
2. Необходимо сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами:
 - в совокупности с воздушными ваннами
 - проведение занятий по обучению игре в городки в облегченной одежде.
3. Обязательное включение в комплекс физкультурной НОД элементов дыхательной гимнастики, упражнений для повышения выносливости (медленный бег, ходьба, приседания, подъем на ступеньку).
4. Повышение двигательной активности ребенка в свободной деятельности.
5. Методическое обеспечение проведения физкультурного занятия, оценка двигательной активности путем вычисления общей и моторной плотности.

5. Средства реализации проекта.

Для реализации проекта был разработан план, который включает в себя следующие виды работы.

— подготовительный период:

- тестирование каждого ребенка.
- изучение правил игры в «Городки».
- знакомство с городошными фигурами («Заборчик», «Часовые», «Звезда») и их построением.
- получение навыков принимать и фиксировать правильную стойку при броске биты тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным);

– основной период:

- познакомить с видами соревнований в «Городки» (личные; командные; лично-командные); со способами проведения соревнований (из определённого количества партий; на выбивание; установленного количества фигур; по круговому способу; по способу с выбыванием; по смешанному способу).
- познакомить с правилами расположения рюх (городков) при выбивании битой (если городки сдвинутся с места по какой-либо причине раньше, чем их коснётся бита; если городки сдвинутся в результате сотрясения площадки (или от ветра) после броска; если после удара городок раскололся на две части или потерял цилиндрическую форму).
- познакомить с понятием «выбитый и не выбитый городок»
- познакомить с понятием «Потерянный бросок»
- закрепить навыки принимать и фиксировать правильную стойку при броске биты тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным)
- познакомить с городошными фигурами («пушка», «колодец», «артиллерия», «пулеметное гнездо»);

– заключительный:

закрепление умений бросать биту тремя способами.

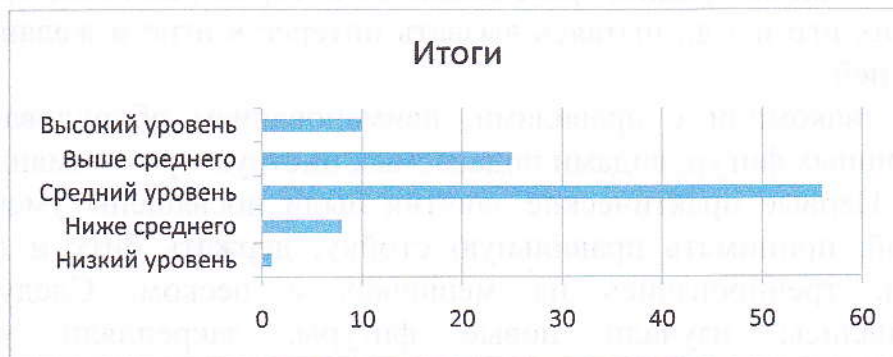
6. Длительность опыта

Работа по обучению детей игре в городки была начата в 2012 году с воспитанниками 2007 года рождения, когда они находились в старшей группе и успешно продолжена до выпуска детей из детского сада.

7. Результативность опыта

В конце пребывания в детском саду с удовольствием и успешно играли в эту игру на прогулках, объединяясь в команды как внутри группы, так и с детьми смежных групп. Родителями и педагогами был замечен повышенный интерес воспитанников к активной двигательной деятельности, желание преодолевать себя, свои трудности в игре, соперничать и побеждать.

Результаты диагностики показали следующие результаты:



В настоящее время работа по обучению детей этой игре продолжается. Результаты показывают, что обучение детей игре в «Городки» приобщает их к занятию спортом и ведению здорового образа жизни, происходят изменения в быстроте реакции детей, ловкости, силе, глазомере, координационных способностях, и просто детское оживление на прогулках, которое отмечают все работники детского сада и родители.

8. Описание опыта.

С чего же начиналась работа по приобщению дошкольников к игре в городки? В первую очередь приобрели и изучили необходимую методическую литературу. Одним из замечательных пособий по обучению детей игре «Городки» мы признали брошюру Э.Й. Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду». Следующий шаг – определение целей, задач и разработка перспективного планирования занятий для старшей и подготовительной групп. Кратность проведения занятий – 1 раз в неделю с каждой возрастной группой. Дополнительно игра используется воспитателями во время прогулок как подвижные игры, как индивидуальная работа по развитию физических данных и в самостоятельной деятельности детей под присмотром воспитателей.

Далее была изготовлена площадка, приобретен необходимый инвентарь для игры и демонстрационный материал для обучения детей правилам «Городков». Такая площадка была оборудована в спортивном зале. Она состоит из города, кона и полукона. В конце площадки сетка-ограничитель для безопасного полета и падения бит. Для наглядной демонстрации правил игры были сделаны карточки с изображением фигур, необходимые для запоминания детьми. Также карточки с демонстрацией правильности выполнения хвата, стойки, способа метания, замаха и выброса биты.

Первым нашим оборудованием были самодельные городки и биты. С такими предметами было сложно работать: очень легкие, неустойчивые, неэстетичные при использовании биты невозможно определить необходимую прилагаемую силу для броска. Позже был приобретен деревянный инвентарь. Он повысил интерес детей, да и мой тоже, к занятиям, так как более близок к настоящему, «взрослому».

Первый урок был теоретическим: познакомили детей с этой игрой. Показали иллюстрации, рассказали об истории развития, привели примеры похожих игр и т.д., пытаясь вызвать интерес к игре и желание попробовать себя в ней.

Далее знакомили с правилами, наименованием оборудования, названием городошных фигур, видами подаваемых инструктором команд.

Первые практические занятия были посвящены умению следить за осанкой, принимать правильную стойку, держать биту и делать пробные броски: тренировались на мешочках с песком. Следующие занятия усложнялись: изучали новые фигуры, закрепляли уже знакомые,

отрабатывали точность метания биты. Все последующие занятия были посвящены отработке практических навыков в игре и повышению интереса и желания детей к соревновательному процессу.

Когда правила были изучены, появились первые положительные результаты, появился интерес – организовали первые соревнования: сначала между командами одной группы, а затем между командами двух возрастных групп. Это незабываемые впечатления для детей. Азарт, энергия, желание непременно победить сияли в глазах ребят.

Позже возникла идея познакомить с этой игрой родителей. Разработали методическое пособие для мам и пап, устроили показательное выступление детей и предложили поиграть в игру всей семьей в выходной день для того, чтобы принять участие в семейных состязаниях. Откликнулись 3 семьи. Семейный турнир по городошному спорту получился самым ярким событием в этом учебном году.